

# Bollos de Pan (Levadura)

Meal Components: Grains

Breads, B-16

Ingredients	50 Porciones		100 Porciones		Directions
	Weight	Measure	Weight	Measure	
Levadura seca activa (ver sugerencia especial)		1/3 tza	3 1/4 oz	1/2 tza 2 cdas	<ol style="list-style-type: none"> <li>Disuelva la levadura seca en agua tibia. Déjela reposar de 4 a 5 minutos.</li> <li>Coloque la Harina, leche en polvo, azúcar, y sal en un tazón de mezclar. Mezcle con la paleta amasadora por aproximadamente 2 minutos a velocidad baja.</li> <li>Agregue el aceite y mezcle por aproximadamente 2 minutos a velocidad baja.</li> <li>Agregue el agua. Mezcle por 1 a 2 minutos a velocidad baja.</li> <li>Amase a velocidad media por 8 minutos, o</li> </ol>
Agua, tibia (110° F)		1 1/2 tazas		3 tazas	
Harina integral/mezcla de harina enriquecida	3 lb 10 oz	3 cuarto gl	1 1/2 tazas 7 lb 4 oz	1 gl 2 3/4 tza	
Leche en polvo instantánea descremada	3 1/4 oz	1 1/3 tazas	6 1/2 oz	2 2/3 tazas	
Azúcar	5 3/4 oz	3/4 tza 2 cdas	11 1/2 oz	1 3/4 tazas	
Sal		2 cdas	2 1/2 oz	1/4 tza	
Aceite vegetal		3/4 tza 2 cdas		1 2/3 tazas	
Agua (68° F)		2 1/2 tazas		1 cuarto gl 1 tza	

6. Agregue la levadura disuelta y mezcle por 2 minutos a velocidad baja.
7. Coloque la masa en un lugar tibio (alrededor de 90° F) de 45 a 60 minutos.
8. Presione la masa hacia abajo para eliminar las burbujas de aire.
9. Forme los bollos sacando 2 oz de la masa para cada uno. Coloque los bollos en línea, 5 a lo ancho y 10 a lo largo en cada bandeja de hornear galletas (18" x 26" x 1") que ha sido ligeramente cubierta con aceite antiadherente en aerosol.
10. Colóquelos en un lugar tibio (alrededor de 90° F) hasta que dupliquen su tamaño, de 30 a 50 minutos.
11. Hornee hasta que estén ligeramente dorados. Horno Convencional: 400° F de 18 a 20 minutos. Horno de Convección: 350° F de 12 a 14 minutos.

---

Margarina sin grasa saturada,  
derretida (opcional)

1 cda

2 cdas

12. Opcional: Con una brocha de cocina, ligeramente cúbralos con margarina derretida (aproximadamente 1 cda por bandeja) mientras están calientes.

Notas

Sugerencia especial:

Para usar levadura seca de alta actividad (instantánea), siga las siguientes instrucciones o las que indique el fabricante en el paquete.

Para 50 porciones, omita el paso 1. En el paso 2, añada  $\frac{1}{4}$  tza de levadura seca de alta actividad (instantánea). Continúe con el paso 3. En el paso 4, añada 1 cuarto gl de agua (110° F). Omita el paso 5. En el paso 6, amase por 10 minutos. Continúe con los pasos del 7 al 12.

Para 100 porciones, omita el paso 1. En el paso 2, añada 2  $\frac{1}{2}$  oz (1/2 tza) de levadura seca de alta actividad (instantánea). Continúe con el paso 3. En el paso 4, añada 2 cuarto gl de agua (110° F). Omita el paso 5. En el paso 6, amase por 10 minutos. Continúe con los pasos del 7 al 12.

Variación:

A. Bollos para Salchichas

50 y 100 porciones: Siga los pasos del 1 al 8. En el paso 9, forme 2 oz de masa en piezas de aproximadamente  $2\frac{1}{2}$ " x  $6\frac{1}{2}$ ". Coloque los bollos en líneas de 8 a lo largo y 4 a lo ancho sobre bandejas de hornear galletas que han sido ligeramente cubiertas con aceite antiadherente en aerosol. Continúe con los pasos del 10 al 12.

B. Bollos para Hamburguesas

50 y 100 porciones: Siga los pasos del 1 al 8. En el paso 9, forme 2 oz de masa aplanada en piezas de aproximadamente 4" de diámetro. Coloque los bollos en líneas de 6 a lo largo y 4 a lo ancho sobre bandejas de hornear galletas que han sido ligeramente cubiertas con aceite antiadherente en aerosol. Continúe con los pasos del 10 al 12.

C. Bollos de Trigo

50 porciones: Siga el paso 1. En el paso 2, use 1 lb 13 oz (1 cuarto gl  $2\frac{1}{2}$  tzas) Harina integral/mezcla de harina enriquecida y 1 lb 13 oz (1 cuarto gl  $2\frac{3}{4}$  tzas) harina integral. Continúe con los pasos del 3 al 12.

100 porciones: Siga el paso 1. En el paso 2, use 3 lb 10 oz (3 cuarto gl 1 tza) Harina integral/mezcla de harina enriquecida y 3 lb 10 oz (1 cuarto gl  $1\frac{1}{2}$  tzas) harina integral. Continúe con los pasos del 3 al 12.

Un nuevo análisis de nutrientes está por venir.

Actualizado en julio de 2014. La estandarización está en curso.

Serving	Yield	Volume
1 bollo de pan provee el equivalente a 2 oz de granos.	<b>50 Porciones:</b> alrededor de 6 lb 4 oz (masa)	<b>50 Porciones:</b> alrededor de 50 bollos de pan
	<b>100 Porciones:</b> alrededor de 12 lb 8 oz (masa)	<b>100 Porciones:</b> alrededor de 100 bollos de pan